

**En nästan träningsfri dag med  
mycket jobb och pyssel inför  
Vasaledigheten.  
Bara detta kortet på hela dagen!**





**Såg på Facebook att det kommit potatis i jorden idag!**



**Lycka är ingenting  
som är färdiggjort.  
Det är resultatet av  
dina egna handlingar.**

*– Dalai Lama*

Gilla FRAMSTEG på facebook.

